



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان
بیمارستان آموزشی درمانی شهید رحیمی

آرتریت



شناسنامه ی پرورشور آموزشی

عنوان	آرتریت
تهیه و تنظیم	مهدیه دریگوندی
سمت	کارشناس پرستاری
تایید کننده و نظارت	کارگروه آموزش به بیمار
سال بازنگری	1405
ناظر کیفی	دکتر علی بختیاری
دکتر علی بختیاری	



واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

درمان

درمان التهاب مفصل بستگی به عامل ایجاد کننده دارد. معمولاً ورزشهای استقامتی سبک، فیزیوتراپی و رژیم غذایی غنی از کلسیم بخشی از درمان را تشکیل می‌دهند. برای ناراحتی خفیف، استفاده از داروهای نظیر آسپیرین ممکن است کافی باشد. در موارد شدید برای کاهش التهاب مفصلی از داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی، گاهی تزریق کورتون به داخل مفاصل مبتلا و بندرت داروهای سرکوبگر دستگاه ایمنی نظیر متوترکسات ممکن است استفاده شود. برای تخفیف درد مفصلی از گرم کردن مفصل استفاده کنید. برای این منظور استفاده از آب داغ، جریان‌های گردابی، لامپ‌های گرمایی، امواج فراصوت یا دیاترمی همگی مؤثرند.

منبع: برونر سودارث

شماره تلفن بیمارستان: ۳۳۳۳۶۱۴۲-۸

داخلی زنان: ۲۴۹۳ داخلی مردان: ۲۴۷۴

آموزش همگانی: ۳۳۳۳۸۱۵۶

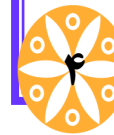
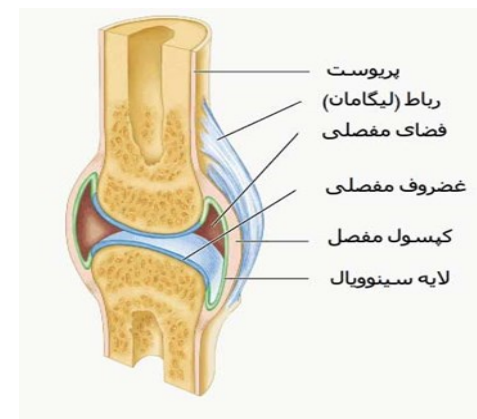
وب سایت : rahimi.Lums.ac.ir



علت آرتریت

در انواع مختلف آرتریت غضروف مفصل دچار آسیب میشود. آسیب غضروف به چهار علت عمده بوجود میاید که عبارتند از:

- بیماری های خود ایمنی یا اتوایمیون که در آنها سیستم دفاع ایمنی بدن بجای اینکه به عوامل مهاجم خارجی حمله کنند بافت های خود بدن را مورد تهاجم قرار میدهند. انواع روماتیسم ها در این دسته قرار میگیرند
- شکسته شدن استخوان در محل مفصل
- خراب شدن غضروف مفصل به علت زیاد کار کشیدن از آن و یا بالا رفتن سن
- عفونت مفصلی



شرح بیماری

التهاب مفصل یا آرتريت (Arthritis): به برافروختگی مفصل که با ورم و درد و محدودیت حرکت همراه است، گفته می‌شود. فرهنگستان زبان فارسی برای آرتريت، واژه‌های بندآماس و مفصل‌آماس را تصویب کرده‌است.

این التهاب و درگیری می‌تواند عاملی عفونی داشته باشد مانند آرتريت عفونی توسط استافیلوکوک طلایی و تب حاد روماتیسمی (استرپتوکوک) یا عاملی مزمن مانند آرتروز. آرتريت غیر عفونی در آرتريت روماتوئید (روماتیسم مفصلی) و نقرس، آرتريت ری اکتیو و آرتروز نیز دیده می‌شود. آرتريت می‌تواند یک مفصل یا هم‌زمان چند مفصل (پلی آرتريت) را درگیر کند. آرتريت می‌تواند در یک مفصل عودکننده باشد یا مرتب از مفصلی به مفصل دیگری تغییر مکان دهد (مهاجر). گاهی آرتريت صبحگاهی است یعنی صبح‌ها موقع بیدار شدن از خواب مفصل خشک و دردناک است.

معمولاً مفصل درگیر دردناک، متورم و ملتهب است و محدودیت حرکتی دارد. در آرتريت اغلب سطح مفصلی و غضروف مفصلی درگیر هستند.

علائم آرتريت

• کمردرد پس از بیدار شدن از خواب:

دردی که در ابتدای صبح در پشت‌تان می‌پیچد، می‌تواند یکی از نشانه‌های ابتلا به آرتريت باشد. گرچه این درد ممکن است ناشی از فتق دیسک بین مهره‌ای باشد، اما در بسیاری موارد، به دلیل ابتلا به آرتريت سراغ افراد می‌آید. یکی از علائمی که این دو درد را می‌تواند از هم متمایز کند، طول زمان درد کشیدن‌تان است. درد ناشی از آرتريت، معمولاً حدود ۳۰ دقیقه بعد از بیدار شدن، کاهش پیدا می‌کند و گرچه در ابتدای روز به تدریج بهبود می‌یابد؛ اما از عصر به بعد، کمی شدیدتر می‌شود.

دردی که در ابتدای صبح در پشت‌تان می‌پیچد، می‌تواند یکی از نشانه‌های ابتلا به آرتريت باشد.

• درد، بی‌حسی، سوزن‌سوزن شدن پا:

درد ناشی از آرتريت، تنها به کمربان محدود نمی‌ماند. آسیبی که این بیماری به ستون فقرات، مفاصل و درنهایت مهره‌ها و اعصاب شما می‌زند، می‌تواند زمینه را برای انتقال درد به نقاط دیگر بدن فراهم کند. درد، بی‌حسی، سوزن‌سوزن شدن یا احساس ضعف در ناحیه پا از جمله نشانه‌هایی است که غیرمستقیم پزشکان را به سمت تشخیص آرتريت هدایت می‌کند.

• خشکی صبحگاهی:

این خشکی، توان بیماران برای حرکت کردن را کمتر می‌کند و در صورت تلاش برای نشان دادن انعطاف بیشتر، باعث احساس کردن دردهای اسکلتی در این افراد می‌شود. درد گردن و احساس خشکی و سفتی گردن، از جمله نشانه‌هایی است که این افراد را آزار می‌دهد.

• طولانی مدت بودن علائم بالا:

اگر بیشتر از چهار تا شش هفته علائم گفته شده را تجربه کردید یا در این مدت، دردتان شدت گرفت، حتماً موضوع را با یک متخصص در میان بگذارید.